



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Medicina

Escuela Profesional de Enfermería

**Estilos de vida de los estudiantes de enfermería de una
universidad pública. 2017**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería

AUTOR

Javier Max Orlando BARRAZA FALCONÍ

ASESOR

Gloria Haydee GUPIO MENDOZA

Lima, Perú

2018



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Barraza J. Estilos de vida de los estudiantes de enfermería de una universidad pública. 2017 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería; 2018.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO(A)
EN ENFERMERÍA**

En la ciudad de Lima, a los dieciséis días del mes de marzo del año dos mil dieciocho y en cumplimiento a lo señalado en el inciso "c" del Art. 113 del estatuto de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (R.R. N° 03013-R-2016), se ha realizado la sustentación de la tesis titulada **"ESTILOS DE VIDA DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA. 2017"**, sustentado por el Bachiller en Enfermería:

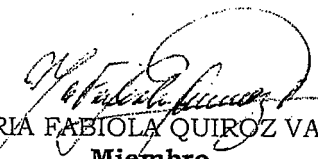
JAVIER MAX ORLANDO BARRAZA FALCONI

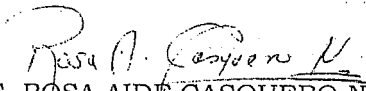
para optar el Título Profesional de Licenciado (a) en Enfermería, habiendo obtenido el calificativo de:

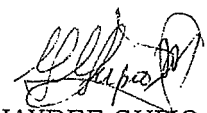
19 (Diecinueve)

Lo que se da fe:


DRA. RUDI AMALIA LOLI PONCE
Presidenta


MARIA FABIOLA QUIROZ VASQUEZ
Miembro


LIC. ROSA AIDE CASQUERO NAVARRO
Miembro


LIC. GLORIA HAYDEE GUPIO MENDOZA
Asesor (a)



RALP/erm

Av. Grau 755 - Lima 1 - Apartado Postal 529 - Lima 100 - Perú, E.A.P. de Enfermería 619 7000 anexo 4619
Web: www.unmsm.edu.pe/medicina - E-mail de la Escuela de Enfermería:
epenfermeria.medicina@unmsm.edu.pe

RESUMEN

Objetivo: determinar los estilos de vida de los estudiantes enfermería de una universidad pública. **Diseño Metodológico:** enfoque cuantitativo, tipo observacional, nivel descriptivo y de corte transversal. La población es de 293 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, la muestra fue de 166 estudiantes, se aplicó como instrumento una escala Tipo Likert “Cuestionario de Perfil de Estilo de Vida” estandarizado con 46 enunciados. **Resultados:** de 166 (100%) estudiantes de enfermería, 99 (59.6%) presentan estilos de vida saludable y 67 (40.4%) presentan estilos de vida no saludable. En relación a las dimensiones de la variable que presentaron estilos saludables fueron Crecimiento Espiritual, Relaciones Interpersonales y Nutrición con 142 (85.5%), 121 (72.9%) y 86 (51.8%) de estudiantes respectivamente; las dimensiones que presentaron estilos de vida no saludables fueron Actividad Física, Salud con Responsabilidad y Gestión de Tensiones con 134 (80.7%), 107 (64.5%) y 90 (54.2%) de estudiantes respectivamente. **Conclusiones:** La mayoría de los estudiantes de enfermería de la UNMSM tienen un estilo de vida saludable, según dimensiones, en Crecimiento espiritual la mayoría tiene estilos de vida saludable debido a que frecuentemente percibe cada día interesante y estimulante; en Relaciones interpersonales la mayoría tiene un estilo de vida saludable debido a que mantiene actitudes positivas hacia las demás personas y en Nutrición más de la mitad de estudiantes tienen un estilo de vida saludable debido a que algunas veces consumen una dieta baja en grasas y algunas veces limita el consumo de azúcares. En contraparte en las dimensiones Actividad Física la mayoría tiene un estilo de vida no saludable ya que no cumplen con actividades físicas de 20 minutos al día, en Salud con Responsabilidad la mayoría tiene un estilo de vida no saludable debido a que la mayoría no busca orientación/información del cuidado de la

salud y no acude a los profesionales frente a síntomas inusuales o extraños y por último en Gestión de Tensiones la mayoría tiene un estilo de vida no saludable debido a que algunas veces duermen de 5-6 horas al día y practican técnicas de relajación.

Palabras clave: Estilos de vida, Estudiantes de Enfermería

ABSTRACT

Objective: to determine the lifestyles of nursing students from a public university. **Methodological Design:** quantitative approach, observational type, descriptive and cross-sectional level. The population is 293 students of Nursing of the National University of San Marcos, the sample was 166 students, was applied as a questionnaire Type Likert "Questionnaire of Style of Life" standardized with 46 statements. **Results:** of 166 (100%) nursing students, 99 (59.6%) have healthy lifestyles and 67 (40.4%) have unhealthy lifestyles. In relation to the dimensions of the variable that presented healthy styles were Spiritual Growth, Interpersonal Relations and Nutrition with 142 (85.5%), 121 (72.9%) and 86 (51.8%) of students respectively; the dimensions that presented unhealthy lifestyles were Physical Activity, Health with Responsibility and Management of Tensions with 134 (80.7%), 107 (64.5%) and 90 (54.2%) of students respectively. **Conclusions:** The majority of nursing students of the UNMSM have a healthy lifestyle, according to dimensions, in spiritual growth most have healthy lifestyles because they often perceive each day interesting and stimulating; In interpersonal relationships most have a healthy lifestyle because they maintain positive attitudes towards other people and in nutrition more than half of students have a healthy lifestyle because they sometimes consume a low-fat diet and sometimes limits the consumption of sugars. In contrast, in the physical activity dimensions most have an unhealthy lifestyle since they do not comply with physical activities of 20 minutes a day, in Health with Responsibility most have an unhealthy lifestyle because most do not seek guidance / health care information and does not go to professionals in front of unusual or strange symptoms and finally in Management of Tensions most have an unhealthy lifestyle because sometimes they sleep for 5-6 hours a day and practice relaxation techniques.

Keywords: Lifestyles, Nursing Students